

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Ginjal merupakan salah satu organ yang paling penting dalam tubuh kita, yang berfungsi menyaring (filtrasi) dan mengeluarkan zat sisa metabolisme (racun) dari darah melalui urin. *Chronic kidney disease* atau gagal ginjal kronis merupakan gangguan fungsi ginjal yang progresif dan *irreversible* dimana kemampuan tubuh gagal untuk mempertahankan metabolisme serta keseimbangan cairan dan elektrolit sehingga terjadi uremia (retensi urea dan sampah nitrogen lain dalam darah) (Smeltzer dan Bare, 2015).

Penderita penyakit gagal ginjal kronik ini sangat banyak dan cenderung meningkat dari tahun ketahun berdasarkan hasil systematic review dan metaanalysis mendapatkan prevalensi secara global gagal ginjal kronik sebesar 13,4% dari seluruh dunia (Hill et al, 2016). Angka kejadian gagal ginjal kronik terus meningkat di indonesia dari tahun ke tahun. Jumlah pasien baru tahun 2016 gagal ginjal kronik di indonesia sebanyak 25.446 pasien, dan jumlah pasien aktif sebanyak 52.835pasien, dan proporsi pasien gagal ginjal kronik mayoritas adalah stadium 5 yaitu 22.170 pasien atau 90% (Registry, 2016). Prevalensi gagal ginjal kronik di indonesia sebesar 3,8% atau naik sebesar 1,8% dibandingkan tahun 2013, sedangkan prevalensi gagal ginjal menurut umur 65-71 tahun sebesar 0,823%, umur >75 tahun sebesar 0,748%, umur 55-64 tahun sebesar

0,564%, umur 34-44 tahun sebesar 0,331%, umur 25-34 sebesar 0,228% dan umur 15-24 tahun sebesar 0,133% (Rikesdas, 2018).

Pasien gagal ginjal akan merasakan keletihan, sakit kepala dan keluar keringat dingin, adanya status kesehatan yang buruk juga akan menyebabkan penderita mengeluh kelelahan. Selain itu kadar oksigen yang rendah karena anemia dapat menyebabkan tubuh mengalami kelelahan yang ekstrim (fatigue) dan akan memaksa jantung bekerja lebih keras untuk mensuplay oksigen yang dibutuhkan tubuh (Septiwi, 2013).

Pasien dengan gagal ginjal akan memiliki kadar ureum yang tinggi dan kadar kreatinin yang tinggi. Kadar ureum yang tinggi akan mengganggu produksi hormon eritropoetin. Hormon eritropoetin akan mempengaruhi produksi eritrosit dengan merangsang proliferasi, diferensiasi dan sel prekursor eritroid. Akibatnya jumlah sel darah merah akan menurun atau yang disebut anemia. Respon tubuh terhadap anemia adalah merangsang fibroblas peritubular ginjal untuk memproduksi eritropoetin yang mana eritropoetin dapat meningkat 100 kali dari nilai normal bila hematokrit dibawah 20%. Sebaliknya jika respon tubuh tidak normal, pasien akan mengalami lelah letih, lesu yang merupakan gejala fatigue (Hidayat, 2016).

Fatigue (keletihan) merupakan gejala yang umum dan melemahkan yang sering dikeluhkan pasien *chronic kidney disease*, dengan prevalensi 42-89% (Picariello et al, 2017). Keletihan adalah rasa letih yang luar biasa dan

terus menerus serta penurunan kapasitas kerja fisik dan mental pada tingkat yang biasanya (Wilkinson, 2016).

Fatigue pada pasien gagal ginjal kronik dapat disebabkan oleh berbagai faktor diantaranya proses dialisis, uremia, dukungan sosial yang kurang, depresi, cemas, kurang asupan nutrisi, fisiologi yang tidak normal dan kurang tidur (Davey et al, 2019).

Fatigue didefinisikan sebagai perasaan kelelahan luar biasa subjektif saat istirahat, fatigue dengan aktifitas, kekurangan energi yang menghambat tugas sehari-hari, kurang daya tahan, atau kehilangan kekuatan yang dapat menjadi tidak menyenangkan, menyusahkan dan mengganggu aktivitas fisik sosial. Fatigue yang tidak tertangani dapat berdampak pada kualitas hidup, mengarah pada kelemahan meningkatnya ketergantungan pada orang lain, penurunan energi fisik dan mental, penarikan sosial dan depresi (Davey et al, 2019).

Salah satu terapi nonfarmakologi yang terbukti dapat mengatasi kelelahan adalah terapi relaksasi nafas dalam. Slow deep breathing adalah relaksasi yang disadari untuk mengatur pernafasan secara lambat dan dalam, berirama, dan nyaman (Pertiwi, 2020). Teknik relaksasi nafas dalam dan lambat membuat tubuh kita mendapatkan input oksigen yang adekuat, dimana oksigen memegang peran penting dalam sistem respirasi dan sirkulasi tubuh. Saat kita melakukan teknik relaksasi nafas dalam dan lambat, oksigen akan masuk kedalam pembuluh darah dan seluruh jaringan tubuh, membuang racun

dan sisa metabolisme yang tidak terpakai yang akan meningkatkan metabolisme energi yang kemudian akan memaksimalkan jumlah oksigen yang masuk dan disuplay keseluruh jaringan sehingga tubuh dapat memproduksi energi dan menurunkan level fatigue. Sehingga ada pengaruh signifikan latihan relaksasi *slow deep breathing* dalam mengurangi kelelahan pada pasien penyakit gagal ginjal (Jafar, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hasanah (2021) pada penelitian pada pasien gagal ginjal kronik yang mengalami fatigue didapatkan bahwa adanya perbedaan signifikan skor fatigue sebelum dan setelah dilakukan terapi relaksasi *slow deep breathing* dengan *pvalue 0,000*. Teknik relaksasi nafas dalam lambat akan menstimulus sistem saraf simpatik sehingga meningkatkan endorphen, menurunkan hate rate, meningkatkan ekspansi paru sehingga dapat berkembang maksimal, dan otot-otot menjadi rileks sehingga dapat mengurangi *fatigue*.

Didukung hasil penelitian yang dilakukan oleh Pertiwi (2020), pada penelitiannya pada pasien gagal ginjal kronik bahwa penerapan terapi relaksasi *slow deep breathing* mampu mengurangi keletihan dimana tingkat keletihan yang awalnya sedang menjadi tingkat keletihan ringan pada kedua pasien yang diberikan intervensi, teknik relaksasi nafas dalam lambat membuat tubuh mendapat input oksigen yang adekuat, dimana oksigen memegang peran penting dalam sistem respirasi dan sirkulasi tubuh, relaksasi nafas dalam lambat akan mengalirkan oksigen keseluruh jaringan tubuh,

membuang racun dan sisa metabolisme yang tidak terpakai, meningkatkan metabolisme dan memproduksi energi yang kemudian akan memaksimalkan jumlah oksigen yang masuk dan disuplay ke seluruh jaringan sehingga tubuh akan memproduksi energi dan menurunkan level fatigue atau keletihan.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan terhadap 4 orang pasien gagal ginjal kronik yang dirawat di ruang interne pria RSUP M.Djamil Padang berdasarkan hasil wawancara pada semua pasien tersebut mengalami keletihan sepanjang hari dan pada umumnya pasien yang menjalani perawatan tidak mengetahui cara mengatasi kesalahan tersebut. Rata-rata pasien sering mengeluhkan rasa lelah kepada perawat ruangan ataupun dokter. Namun selama ini hanya terapi medis saja yang diberikan, padahal rasa lelah masih dialami oleh pasien, sehingga perawat perlu menerapkan terapi relaksasi *slow deep breathing* dalam upaya menurunkan kelelahan pasien.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka penulis tertarik untuk menyusun laporan Ilmiah Akhir tentang Asuhan Keperawatan Pasien *Chronic Kidney Disease Stage V* dengan Penerapan Terapi Relaksasi *Slow Deep Breathing* Terhadap Upaya Penurunan Fatigue Di Ruang Interne Pria RSUP Dr. M. Djamil Padang.

## B. Tujuan

### 1. Tujuan Umum

Memberikan asuhan keperawatan pada pasien serta mengetahui pengaruh aplikasi evidence based nursing dengan penerapan terapi relaksasi *slow*

*deep breathing* terhadap upaya penurunan fatigue di ruang Interne Pria RSUP Dr. M. Djamil Padang

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melaksanakan pengkajian yang komprehensif pada pasien *chronic kidney disease stage v* di ruang Interne Pria RSUP Dr. M. Djamil Padang
- b. Mampu menegakkan diagnosa keperawatan pada pasien *chronic kidney disease stage v* di ruang Interne Pria RSUP Dr. M. Djamil Padang
- c. Mampu membuat rencana keperawatan pada pasien *chronic kidney disease stage v* di ruang Interne Pria RSUP Dr. M. Djamil Padang
- d. Mampu melaksanakan implementasi keperawatan pada pasien *chronic kidney disease stage v* di ruang Interne Pria RSUP Dr. M. Djamil Padang
- e. Mampu mendokumentasikan evaluasi keperawatan pada pasien *chronic kidney disease stage v* di ruang Interne Pria RSUP Dr. M. Djamil Padang
- f. Menerapkan dan membuat evaluasi Evidance Base Nursing (EBN) terapi relaksasi *slow deep breathing* pada pasien *chronic kidney disease stage v* di ruang Interne Pria RSUP Dr. M. Djamil Padang

### C. Manfaat

#### 1. Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan dapat menjadi acuan bagi perawat sebagai tambahan informasi pada pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien *chronic kidney disease stage v* dengan penerapan terapi relaksasi *slow deep breathing* terhadap upaya penurunan fatigue

#### 2. Bagi Institusi Pendidikan

Penulisan ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan informasi dan referensi kepustakaan untuk menambah ilmu pengetahuan mengenai masalah pada sistem perkemihan khususnya asuhan keperawatan pada pasien dengan *chronic kidney disease stage v*

#### 3. Bagi Instansi Rumah sakit

Diharapkan karya ilmiah akhir ini dapat menjadi informasi kepada rumah sakit atau ruangan terkait penerapan terapi relaksasi *slow deep breathing* menjadi terapi non farmakologi pada fatigue pada pasien *chronic kidney disease stage v*

#### 4. Bagi Penulis

Penulisan karya ilmiah ini diharapkan menambah wawasan dalam mempersiapkan, mengumpulkan, mengolah, menganalisa dan menginformasikan data, meningkatkan pengetahuan dalam bidang keperawatan serta dapat menjadi bahan masukan bagi penulis lain.